# الرد العلمي على كذبة فوائد الخمر الصحية

nasaim-asa3ada.blogspot.com/2016/07/blog-post_14.html

**#الوجه_الآخر_للعلم (نقلا عن صفحة الباحثون المسلمون)**

كيف تم التلاعب في دراسات وأبحاث الخمر التي تزعم فائدة شربه باعتدال عن طريق ضم الذين لا يشربون مع الذين توقفوا عن الشرب ثم مقارنتهم صحيا مع الذين يشربون باعتدال لتقليل فارق الأمراض بينهم ؟؟

.

القليل من الكحول قد لا ينفعك تناوله على الإطلاق !! A little alcohol may not be good for you after all - مقال لشارون بيجلي Sharon Begley

احذر مما تشرب، فالاعتقاد الواسع الانتشار بأن تناول كأس أو كأسين من الكحول يوميًا قد يرتبط مع العيش لحياة مديدة، يعتمد على نتائج بحث غير صحيح كما أثبت تحليلٍ تناول 87 دراسة منشورة سابقًا.

**ما أهمية نتائج هذه التحليل ؟**

استمر الجدل الدائر إن كان شرب كأس أو اثنين من الكحول يوميًا مفيدًا للصحة العامة ولطول العمر نتيجة فوائد الكحول القلبية الوعائية لمدة سنوات، وعلى الرغم من عناوين الصحف الرئيسية التي تدعي أن تناول الكحول باعتدال قد يعزز صحة القلب وما نشرته مصادر ثقافة صحية محترمة مثل كلية الصحة العامة في جامعة هارفارد التي ساهمت في نشر هذه الفكرة، إلا أن العديد من المجموعات الطبية مثل جمعية القلب الأمريكية رفضت الانضمام إلى مجموعة المتحمسين لأبحاث ترويج شرب الكحول، وأحد أسباب الشك بهذه الأبحاث حقيقة أن الكحول يزيد من خطر السرطان.

.

إذا صحت نتائج التحليلات الجديدة بإدارة الدكتور تيموثي ستوكويل Timothy Stockwell من جامعة فيكتوريا في كندا والتي نشرت في مجلة دراسات الكحول والمخدرات، فإن الناس الذين شربوا نخب الخمور الفاخرة مهنئين أنفسهم بهذه النتائج يخدعون أنفسهم في الواقع.

.

**ما يجب أن تعرفه !**

إن النقص في نتائج العديد من الدراسات حول الكحول وطول العمر يعود إلى أن الغالبية العظمى من هذه الدراسات صنفت الأشخاص الذين لم يشربوا الكحول مطلقًا طوال حياتهم –ويسمون الممتنعين- مع الذين شربوا في السابق ثم توقفوا ويجعلونهم ضمن المجموعة ذاتها. وهذه مشكلة لأن العديد من الناس تتوقف عن الشرب عندما تسوء حالتهم الصحية أو عند التقدم بالعمر. وجدت دراسة أجريت في عام 2005 أن 27 من أصل 30 عامل خطورة لمرض القلب-بما فيها زيادة الوزن- كانت أكثر شيوعًا عند الممتنعين (ومن ضمنهم المتوقفين عن الشرب) مقارنة مع الذين يشربون باعتدال. ومن الطبيعي إذا أجريت مقارنة بين المعتدلين بالشرب ذوي الصحة الجيدة والممتنعين عن الشرب ذوي الصحة السقيمة أن تكون النتيجة لصالح مَن يشرب باعتدال طبعًا.

.

هذا ما أثبته فريق ستوكويل: حيث وجد أن 13 من أصل 87 دراسة غير متحيزة بخصوص وصف الممتنعين عن الشرب، قد بينت عدم وجود انخفاض كبير في معدل الوفيات عند الذين يشربون باعتدال مقارنة مع الذين لا يشربون مطلقًا طوال حياته أو الذين يشربون في المناسبات الخاصة فقط.

.

**ما هو رد مؤيدي الدراسات المتحيزة ؟**

احتج الدكتور بيتر تومسون Peter Thompson طبيب الجراحة القلبية وأستاذ في الطب في جامعة ويسترن في أستراليا بأن هناك فوائد حقيقية للشرب المعتدل، ووصف الورقة البحثية الجديدة بأنها مكتوبة بطريقة جيدة ومهمة جدًا. وتبين هذه الورقة بوضوح أن الذين كانوا يشربون سابقًا لديهم مخاطر وفيات أعلى من الذين يشربون في المناسبات الخاصة فقط، وقد يكون ذلك سبب انحياز تقديرات الدراسات السابقة عن فوائد طول العمر للشرب باعتدال.

.

**احذر من التفاصيل:**

لقد احتدم الجدل لعدة سنوات حول مصداقية الدراسات التي تربط بين شرب الكحول باعتدال مع طول العمر وانخفاض خطر الوفاة من أمراض القلب الوعائية. وقد وجدت دراسة تحليلية أجريت عام 2011 فوائد قلبية وعائية لشرب الكحول باعتدال حتى بعد تصحيح مشكلة الانحياز للممتنعين عن الشرب غير الأصحاء. حذر د. تومسون من أن تركيز الورقة الجديدة على العدد الإجمالي للوفيات –وليس على نوبات القلب والسكتة الدماغية- سيحجب تأثيرات الشرب المعتدل الواقية للقلب؛ وقد وافقه د. ستوكويل بقوله: إن استنتاجنا بعدم وجود فائدة مطلقة (من الشرب المعتدل) يفسح المجال أمام احتمال وجود فوائد قلبية وعائية له. وبالطبع فإن كان الشرب المعتدل سيدعك تموت بسرعة، فلا معنى لأن يهتم أحدٌ بإنقاص احتمال وفاته من المرض القلبي فقط إلا إن كان يفضل الموت عن طريق مختلف عن المرض التاجي أو السكتة الدماغية.

.

**خلاصة القول :**

قال الدكتور روسل لوتكير Russell Luetker طبيب القلب من مينيابوليس والمتحدث باسم جمعية القلب الأمريكية من الواضح تمامًا أنه حتى في الدراسات التي تزعم فائدة شرب الكحول باعتدال : "فإنها ليست تأثيرات كبيرة كما نتخيل" وأضاف أن : "الذين يشربون باعتدال يتصفون بمجموعة من السمات الأخرى التي تحمي من أمراض القلب"- وكلها قد تجعل الكحول يبدو صحيًا ولكنه على العكس من ذلك.!!

المصادر :

https://www.statnews.com/…/alcohol-longevity-benefit-chall…/

.

https://www.uvic.ca/…/faculty-directory/stockwelltimothy.php